

Ausschreibung

Mädels - Hochtourenausbildung - Grundkurs: vom 13.06. - 16.06.2024 auf der Oberwalder-Hütte & Theorie-Ausbildung am 03.06. & 10.06.2024

Du wolltest schon immer einmal die hohen Berge besteigen und über Gletscher laufen, aber dir fehlt das nötige Wissen dazu?! Du bist fit & jung (geblieben), gerne unter Mädels und liebst den Austausch mit Gleichgesinnten?

Dann mach mit bei unserem Hochtourengrundkurs speziell für Mädels im Großglocknergebiet von Do. 13.06. – So. 16.06.2024

Wir verbringen zusammen vier Tage auf der Oberwalder-Hütte [2.973m] mitten im Großglocknergebiet, umgeben von schroffen Felsen und imposanten Gletschern. Dabei erlernt ihr die Grundkenntnisse rund um's Thema leichte Hochtouren. Ein 3.000er-Gipfel als Highlight darf natürlich nicht fehlen.

Theorieausbildung (verpflichtend):

Knotenkunde, Gletscherkunde, Spaltenbergung, Umwelt- und Naturschutz, Kursablauf, Organisatorisches, Check-up Ausrüstung, offene Fragen, Fahrgemeinschaften

Mitzubringen: Schreibzeug, eigene intakte Gletscherausrüstung

Leiterin:

Veronika Mangold
info@veronika-mangold.com
Trainerin C Bergsteigen & Sportklettern

Teilnehmerinnen:

Min. 4 / Max. 6

Die Teilnahme ist ausnahmslos Mitgliedern der Sektion Garmisch-Partenkirchen vorbehalten!

Theorie-Ausbildung Pflicht!
Kostenlose Stornierung nur bis 30 Tage vorher möglich!
Auto & Fahrbereitschaft sollte vorhanden sein!

Ziel:

Vermittlung von Kenntnissen & Fähigkeiten, die selbstständiges Durchführen einfacher Gletschertouren ermöglichen

Technische Voraussetzungen:

Trittsicherheit, Schwindelfreiheit, Sicheres Bewegen in weglosem Gelände, elementare Klettertechniken

Konditionelle Fähigkeiten:

Kondition für Touren mit Ausmaß: 6:00 h & 1.000-1.200 hm
Wandern mit Mehrtagesrucksack (ca. 10 kg)

Ausrüstung:

Ausrüstung: Bergschuhe (steigeisenfest), Steigeisen, Eispickel, Hüftgurt, Helm, Erste-Hilfe-Set, Biwaksack (2 Mann), Hüttenschlafsack, Sonnenschutz (Creme + Cap), ggf. Trekkingstöcke, Snacks (evtl. Brotzeit für mittags)

Gletscherset: 2x HMS-Schraubkarabiner, 1x HMS-Safelock, 4x Normalkarabiner, 2 x Bandschlinge [120cm], 2x Prusikschlinge [3m, 6mm], ggf. 2x Eisschraube & Micro-Traxion

Kleidung: Wechselwäsche, Hardshell/Regenjacke, Hochtourenhose, Isolationsjacke, 2 Paar Handschuhe, Stirnband/Mütze → Kühlere Temperaturen & Wind in Höhe beachten. Dementsprechend wetterangepasst packen!

Anmeldung:

Mail an Veronika & Angabe: Name, Handynummer, Vorerfahrung, Auto vorhanden?
Anmeldeschluss: 30.04.2024

Treffpunkt:

Theorie 03.06. 18:00 Uhr
Stüberl Sektion Garmisch-Partenkirchen → Alle weiteren Infos werden dort besprochen

Kosten:

Unkostenbeitrag DAV:
160,00 € (Hochtourenkurs)
+ 30 € (Theorieabende)
Kosten Hütte pro Nacht:
15-25 € (Übernachtung)
47-50 € (Halbpension)

An-/Abreise:

Organisation von Fahrgemeinschaften, Kosten werden geteilt (inkl. Maut)